

Impfen hilft

Geschützt in die nächste Grippesaison

Die letzte Grippesaison hat zahlreiche Arztbesuche, Krankenstände und auch Krankenhausaufenthalte gefordert. Die Zahl der Erkrankten war ca. doppelt so hoch als in den Jahren zuvor. Um für die nächste Saison gewappnet zu sein, geben Allgemeinmediziner Wolfgang Raus und Ärzte aus dem Klinikum eine Übersicht zu den wichtigsten Fakten und häufigsten Fragen rund um die Grippe und den grippalen Infekt.

Im täglichen Sprachgebrauch werden Grippe und grippaler Infekt häufig gleichgesetzt. Eine Unterscheidung ist aber vor allem hinsichtlich Krankheitsverlauf und Impfschutz wichtig. „Grippale Infekte können durch eine Vielzahl unterschiedlicher Erkältungsviren ausgelöst werden“, erklärt Josef Eckmayr, Leiter der Abteilung für Lungenkrankheiten am Klinikum Wels-Grieskirchen. „Die Symptome treten meist langsam mit einem Halskratzen auf, leicht erhöhte Temperatur ist möglich. Typisch für den grippalen Infekt ist Schnupfen. Nach ca. einer Woche sollten die Symptome abklingen.“ Die Grippe hingegen wird durch einen bedrohlichen Virus verursacht, der nicht nur die oberen, sondern auch die unteren Atemwege angreift und mit einem plötzlichen, starken Krankheitsgefühl einhergeht. „Hohes Fieber und trockener Husten sind charakteristisch. Vor allem für Risikogruppen kann die Grippe sehr gefährlich sein. Daher raten wir zur Impfung.“

4 Fragen zur Grippe

„Sowohl bei der Grippe als auch beim grippalen Infekt ist beim normalen Verlauf Bettruhe und viel Trinken die beste Medizin“, rät Wolfgang Raus, Allgemeinmediziner in Wels. „Jedenfalls sollte man auf Sport verzichten!“ Der Arzt beantwortet vier häufig gestellte Fragen zur Grippe:

1 Mich hat's „erwischt“ – was tun?

„Nehmen Sie je nach Symptomatik schmerzlindernde und eventuell fiebersenkende Medikamente ein! Zur Abklärung der Beschwerden ist der Hausarzt bzw. – wenn dieser nicht verfügbar ist – der Hausärztliche Notdienst (HÄND) erste Anlaufstelle.“

2 Wann ist eine Abklärung im Krankenhaus notwendig?

„Bei schweren Krankheitsverläufen oder Grunderkrankungen mit erhöhtem Risiko, wie zum Beispiel bei Krebspatienten unter Chemotherapie, ist eine Abklärung im Klinikum wichtig. Patienten über 65, Kinder und Schwangere sollten jedenfalls einen Arzt aufsuchen, der im Bedarfsfall an das Krankenhaus überweist.“

3 Wie werde ich schnell wieder gesund?

„Am besten hütet man das Bett und trinkt viel. Nutzen Sie auch bewährte Hausmittel, wie zum Beispiel Essigwickel bei Kindern zum Fiebersenken oder eine kräftigende und ebenso fiebersenkende Hühnersuppe mit Ingwer. Bei der echten Grippe sind bei Risikopatienten bzw. wenn ein schwerer Verlauf zu befürchten ist frühzeitig antivirale Medikamente sinnvoll.“

4 Wann helfen Antibiotika?

„Antibiotika sind nur dann sinnvoll, wenn ein bakterieller Infekt vorliegt. Die Grippe sowie die meisten grippalen Infekte werden durch Viren ausgelöst. Hier ist ein Antibiotikum absolut wirkungslos. Manchmal kommt es allerdings im Verlauf eines grippalen Infekts zu einer bakteriellen Superinfektion, da der geschwächte Körper anfälliger für Bakterien ist.“

Wie kann ich mich und andere schützen?

„Die Grippe ist ansteckend, besonders in den ersten drei Tagen ist man hochinfektiös“, so Rainer Gattringer, Leiter des Instituts für Hygiene und Mikrobiologie am Klinikum Wels-Grieskirchen. Zu dieser Zeit ist die Viruslast am größten und die Viren können durch Tröpfcheninfektion weitergegeben werden. „Bei gewöhnlichen Infekten bleibt man am besten zuhause, meidet Menschenansammlungen und schont sich. Auch kann man zu einfachen Hausmitteln greifen. Verläuft die Erkrankung schwerer, sollte man natürlich seinen Hausarzt aufsuchen und ärztlichen Rat einholen.“ Elisabeth Modler, Leiterin der Aufnahmestation am Klinikum Wels-Grieskirchen, gibt Tipps, wie man sich selbst und andere am besten vor einer Ansteckung schützt: „Sich selbst schützt man am besten durch häufiges und vor allem regelmäßiges Händewaschen – nach der Arbeit, nach der Schule, nach dem Einkaufen. Eine wirksame Maßnahme gegen die echte Grippe ist die Grippeimpfung – für sich selbst und auch als potenzieller Überträger für andere“, empfiehlt die Medizinerin. Ratsam ist die Grippeimpfung ab Oktober, besonders für Risikogruppen. „Meiden Sie

außerdem, wenn möglich, den Kontakt zu Erkrankten und versuchen Sie, Ihre Widerstandsfähigkeit kontinuierlich durch regelmäßige Bewegung, gesunde Ernährung und ausreichend Schlaf zu stärken.“ Ist man selbst erkrankt, sollte man, um eine weitere Übertragung zu vermeiden, nicht in die Hände, sondern eher in die Ellbogenbeuge niesen. Benutzte Taschentücher müssen sofort entsorgt werden. „Sind Sie selbst erkrankt, meiden Sie bitte den Kontakt zu Nicht-Erkrankten!“, so Modler.

5 Fragen zur Gripeschutzimpfung

In der Grippezeit 2017/18 wurden am Institut für Hygiene und Mikrobiologie im Klinikum Wels-Grieskirchen über 1.300 Influenzafälle diagnostiziert. „Ein Grund dafür ist, dass zu wenige Menschen geimpft sind“, erklärt Wolfgang Prammer, Oberarzt am Institut. Nur 6,4 Prozent betrug die Durchimpfungsrate Anfang des Jahres, sie zählt somit zu den geringsten in Europa. „Für Risikogruppen, wie etwa ältere Menschen, Patienten mit chronischen Herz- und Lungenerkrankungen, generell immungeschwächte Menschen, Kinder und Personen in Gesundheitsberufen, wird die Impfung dringend empfohlen.“ Der Mediziner erklärt in fünf Punkten, warum die Grippeimpfung so wichtig ist.

1 Die Impfung – was bringt sie?

„Mit einer Impfung kann man sich gegen die echte Grippe in hohem Ausmaß schützen und fällt als Überträger aus. Wichtig ist der passende Impfstoff.“

2 Wann ist der richtige Zeitpunkt?

„Experten raten zur Grippeimpfung im Oktober und November. Es kann bis zu zwei Wochen dauern, bis der Impfschutz wirksam ist. Aber auch später macht die immunisierende Spritze noch Sinn.“

3 Muss ich mich jedes Jahr impfen lassen?

„Ja, weil sich die Viren verändern und der Impfstoff für jede Saison neu abgestimmt wird. Der Impfstoff wird jährlich aus den Beobachtungen der Vorjahre zusammengestellt, sodass man für die jeweilige Saison die bestmögliche Zusammensetzung vorbereitet hat.“

4 Eine durchgemachte Grippe stärkt das Immunsystem – stimmt das?

„Eine durchgemachte Infektion kann eine Teilimmunität bewirken. Das bedeutet, dass man an exakt diesem Influenza-Stamm innerhalb einer Saison kein weiteres Mal erkrankt. Eine Erkrankung an einem anderen Stamm oder in der nächsten Saison ist trotzdem möglich.“

5 Warum treten Sie für eine flächendeckende Impfung ein?

„Die Grippe verbreitet sich stark, weil nur ein geringer Teil der Menschen geimpft ist. Um einen

flächendeckenden Schutz der Bevölkerung zu erreichen, ist eine Durchimpfungsrate von 70 Prozent notwendig.“

Weiterführende Informationen:

Grundsätzlich ist die Influenza-Impfung für alle Personen ab dem vollendeten sechsten Lebensmonat empfohlen, insbesondere für Ältere, chronisch Kranke, Personengruppen mit anderen Risikofaktoren und Personal im Gesundheitswesen. Speziell bei Kindern in den ersten sechs Lebensjahren ist eine Influenzainfektion ein häufiger Grund für eine Aufnahme im Spital aufgrund von schweren Verläufen. Zusätzlich gelten Kinder als wichtige Influenza-Überträger, die Impfung von Kindern kann daher auch erwachsene Bezugspersonen schützen. Für die Impfung von Kindern vom vollendeten zweiten bis zum vollendeten 18. Lebensjahr steht übrigens als Alternative zur „Stichimmunisierung“ ein Influenza-Lebendimpfstoff in Form eines Nasensprays zur Verfügung.

Für alle Erwachsenen vor dem 65. Lebensjahr wird für die Saison 2018/19 die Verwendung eines inaktivierten tetravalenten Impfstoffes (enthält vier Virenstämme) empfohlen, für Erwachsene ab dem 65. Lebensjahr in erster Linie die trivalente adjuvierte Influenza-Vakzine (enthält drei Virenstämme). Die Wahl des Impfstoffes wird vom jeweiligen Arzt getroffen.

Die Grippeimpfempfehlungen für Österreich zum Nachlesen:

https://www.sozialministerium.at/site/Gesundheit/Krankheiten_und_Impfen/Impfen/Empfehlung_zur_jaehrlichen_Influenza_Impfung_Grippeimpfung_

Bilder und Statements:

Bild: KWG_Eckmayr_Josef_Prim_Dr_Lunge.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Nik Fleischmann

Bildtext: Prim. Dr. Josef Eckmayr, Leiter der Abteilung für Lungenkrankheiten am Klinikum Wels-Grieskirchen

„Grippale Infekte können durch eine Vielzahl unterschiedlicher Erkältungsviren ausgelöst werden.“

„Die Symptome treten meist langsam mit einem Halskratzen auf, leicht erhöhte Temperatur ist möglich. Typisch für den grippalen Infekt ist Schnupfen. Nach ca. einer Woche sollten die Symptome abklingen.“

„Hohes Fieber und trockener Husten sind charakteristisch. Vor allem für Risikogruppen kann die Grippe sehr gefährlich sein. Daher raten wir zur Impfung.“

Bild: AEK_Raus_Wolfgang_Dr_Wels.jpg, © Ärztekammer

Bildtext: Dr. Wolfgang Raus, Allgemeinmediziner in Wels

„Sowohl bei der Grippe als auch beim grippalen Infekt ist beim normalen Verlauf Bettruhe und viel Trinken die beste Medizin.“

„Jedenfalls sollte man auf Sport verzichten!“

Bild: KWG_Gattringer_Rainer_Dr_Prim_Priv-Doz_Hygiene_Mikro.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Nik Fleischmann

Bildtext: Prim. Priv.-Doz. Dr. Rainer Gattringer, Leiter des Instituts für Hygiene und Mikrobiologie, Klinikum Wels-Grieskirchen

„Die Grippe ist ansteckend, besonders in den ersten drei Tagen ist man hochinfektiös.“

„Bei gewöhnlichen Infekten bleibt man am besten zuhause, meidet Menschenansammlungen und schont sich. Auch kann man zu einfach Hausmitteln greifen. Verläuft die Erkrankung schwerer, sollte man natürlich seinen Hausarzt aufsuchen und ärztlichen Rat einholen.“

Bild: KWG_Modler_Elisabeth_Dr_ZNA.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Nik Fleischmann

Bildtext: Dr. Elisabeth Modler, Leiterin der Aufnahmestation am Klinikum Wels-Grieskirchen

„Sich selbst schützt man am besten durch häufiges und vor allem regelmäßiges Händewaschen – nach der Arbeit, nach der Schule, nach dem Einkaufen. Eine wirksame Maßnahme gegen die echte Grippe ist die Grippeimpfung – für sich selbst und auch als potenzieller Überträger für andere.“

„Meiden Sie außerdem, wenn möglich, den Kontakt zu Erkrankten und versuchen Sie, Ihre Widerstandsfähigkeit kontinuierlich durch regelmäßige Bewegung, gesunde Ernährung und ausreichend Schlaf zu stärken.“

„Sind Sie selbst erkrankt, meiden Sie bitte den Kontakt zu Nicht-Erkrankten!“

Bild: KWG_Prammer_Wolfgang_OA_Dr_Hygiene_Mikro.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Nik Fleischmann

Bildtext: OA Dr. Wolfgang Prammer, Institut für Hygiene und Mikrobiologie, Klinikum Wels-Grieskirchen

„In der Grippezeit 2017/18 wurden am Institut für Hygiene und Mikrobiologie im Klinikum Wels-Grieskirchen über 1.300 Influenzafälle diagnostiziert. Ein Grund dafür ist, dass zu wenige Menschen geimpft sind.“

„Für Risikogruppen, wie etwa ältere Menschen, Patienten mit chronischen Herz- und Lungenerkrankungen, generell immungeschwächte Menschen, Kinder und Personen in Gesundheitsberufen, wird die Impfung dringend empfohlen.“

Das Klinikum Wels-Grieskirchen – www.klinikum-wegr.at

Das größte Ordensspital Österreichs ist eine Institution der Kongregation der Barmherzigen Schwestern vom heiligen Kreuz und der Franziskanerinnen von Vöcklabruck. Mit rund 30 medizinischen Abteilungen, 1.227 Betten und rund 3.700 Mitarbeitern leistet das Klinikum Wels-Grieskirchen umfassende medizinische Versorgung in Oberösterreich. Rund 88.000 Patienten werden hier jährlich stationär behandelt. Aufgrund seiner zahlreichen Schwerpunkte und Kompetenzzentren bündelt das Klinikum fachübergreifendes Know-how und ermöglicht interdisziplinäre Diagnosen und Behandlungen zum Wohle der Patienten.

Pressekontakt Klinikum Wels-Grieskirchen

Mag. Kerstin Pindeus, MSc, A-4600 Wels, Grieskirchner Straße 42,

Tel: +43 7242 415 - 93772, Mobil: +43 699 1416 3772

E-Mail: kerstin.pindeus@klinikum-wegr.at